

Утверждаю

Директор РЖД лицея № 5

А.А Крамер

МЕНЮ

НА 22 января 2026

Наименование блюда	Выход 1 – 4/5 - 11	Ккал 1 – 4/5 - 11	Время Приема пищи
Завтрак			
Каша пшеничная вязкая	150/150	205,12/205,95	07.00-
Масло сливочное	10/10	74,80/74,80	08.00
Яйца вареные	1/1	49,46/49,46	
Кофейный напиток	200/200	83,02/83,46	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Итого за прием пищи:		518,97/541,55	
Обед			
Салат из белокочанной капусты	100/100	68,30/69,85	
Суп картофельный с бобовыми	200/200	175,96/175,16	12.00 -
Шницель натуральный рубленый	90/100	313,60/322,50	-14.00.
Картофельное пюре	180/200	167,89/186,92	
Компот из свежих плодов	200/200	109,77/110,04	
Хлеб пшеничный	50/60	106,57/127,88	
Хлеб ржаной	80/120	146,85/220,28	
Чеснок	3/3	3,73/3,84	
Итого за прием пищи:		1090,02/1218,18	
Полдник			
Яблоко	158/158	431,34/430,86	
Сок	200/200	101,48/91,35	
Итого за прием пищи:		532,82/522,28	
Ужин			
Винегрет овощной	80/100	82,65/98,82	18.00. -
Плов	200/250	347,62/409,84	- 19.00
Напиток из шиповника	200/200	75,24/105,03	
Хлеб пшеничный	50/70	106,57/149,19	
Итого за прием пищи:		614,89/760,67	
Ужин 2			
Биойогурт	270/270	145,80/145,80	
Итого за прием пищи:		145,80/145,80	
Всего за день		2902,50/3188,48	

Медицинская сестра

Сами

А. Г. Самокрутова